

K-Taping in der Tanzmedizin
Birgit Kumbrink, Dortmund, DE

Seit die K-Taping Therapie 1998 erstmals in Deutschland vorgestellt wurde, hat sich diese innovative und medikamentenfreie Therapiemethode national und international in nahezu allen Sportarten etabliert. Aber nicht nur im Sport, auch in der täglichen Physiotherapie, Rehabilitation und vielen weiteren medizinischen Bereichen ist K-Taping eine interessante Ergänzung des Therapiespektrums geworden und genießt große Akzeptanz bei Therapeuten, Ärzten und Patienten. Dabei bietet K-Taping Anwendungskonzepte für Rehabilitation, Trainingsunterstützung und Prävention gleichermaßen. Durch die besonderen Eigenschaften des elastischen K-Tapes können Patienten und Sportler über mehrere Tage hinweg unterstützt werden. Die in der Haut liegenden Mechano- und Propriozeptoren werden durch das elastische K-Tape gezielt stimuliert, und so nimmt K-Taping Einfluss auf ein komplexes Verbundsystem im Zusammenspiel mit Muskeln, Bändern und Gelenken. K-Taping bietet auch für die Tanzmedizin ein breites Anwendungsspektrum.

Anwendungsgebiete:

- Verbesserung der Muskelfunktion (Muskelverspannungen; Disharmonien)
- Unterstützung der Gelenke (Verbesserung der Stabilität und Beweglichkeit)
- Schmerzreduktion
- Aktivierung des Lymphsystems (Lymphödeme, postoperative Nachsorge)

Das speziell für die K-Taping-Therapie entwickelte elastische K-Tape besteht zu 100% aus Baumwolle, ist besonders hautverträglich und atmungsaktiv. Das K-Tape beinhaltet weder pflasterähnliche Klebstoffe noch Wirkstoffe (Arzneien) und kann somit ohne Bedenken im Leistungssport – zu dem der professionelle Tanz zweifelsfrei zählt – eingesetzt werden. Das wasserresistente K-Tape wirkt über mehrere Tage, ohne die Mobilität einzuschränken.

Kurzbiografie des ersten Autors: Birgit Kumbrink ist Gründerin und medizinische Leiterin der internationalen K-Taping Academy mit Sitz in Dortmund und Ablegern in Frankreich, Kanada, USA und Argentinien. Sie ist seit vielen Jahren Anleiterin für K-Taping und international eine der erfahrensten Anwenderinnen und Ausbilderinnen dieser Behandlungsmethode; Fachbuchautorin im Springer Verlag mit den Büchern: Praxishandbuch K-Taping, K-Taping bei Kindern, K-Taping in der Lymphologie; Zusammenarbeit mit verschiedenen Forschungsabteilungen.